14.001 Buchty na pare plnené lekvárom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	7,00	7,00	8,50	8,50	10,50	10,50	13,50	13,50
droždie	0,30	0,30	0,40	0,40	0,55	0,55	0,70	0,70
cukor kryštálový	0,40	0,40	0,60	0,60	0,80	0,80	1,00	1,00
soľ	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08	0,10	0,10
vajcia	10	0,50	14	0,70	19	0,95	23	1,15
olej	0,30	0,30	0,40	0,40	0,60	0,60	0,70	0,70
mlieko	4,00	4,00	5,50	5,50	7,30	7,30	9,00	9,00
múka na dosku	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,80	0,80
lekvár	3,00	3,00	4,00	4,00	5,30	5,30	6,60	6,60
hmotnosť porcie v g	150		190		250		310	

Receptúra

Výrobný postup

Z časti vlažného mlieka, cukru a droždia si pripravíme kvások. Múku preosejeme, pridáme cukor, soľ, kvások a vajcia. S vlažným mliekom vypracujeme vláčne cesto, ktoré necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozvaľkáme, pokrájame na štvorčeky a plníme lekvárom. Uzavrieme, vyformujeme okrúhle buchty, necháme na doske vykysnúť a varíme na pare. Uvarené popicháme vidličkou, potrieme olejom. Podávame s posýpkou podľa vlastného výberu.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	1629	391	8,97	4,9	0,0	75,2	1,9	72,3	1,3	0,037	0,1	0,1	1,2	0,7
B	2178	523	11,99	6,6	0,0	100,6	2,5	98,3	1,7	0,051	0,1	0,2	1,6	0,9
C	2807	674	15,27	9,4	0,0	127,9	3,2	129,6	2,2	0,068	0,1	0,2	2,1	1,2
D	3529	847	19,28	11,3	0,0	161,9	4,0	160,6	2,8	0,083	0,2	0,3	2,6	1,5